



UNIVERSIDAD NACIONAL “PEDRO RUIZ GALLO”



FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN

PROGRAMA DE COMPLEMENTACIÓN ACADÉMICA DOCENTE

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OBTENER EL GRADO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN

**Aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en las
estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”,
Chiclayo 2019**

**Trabajo de Investigación presentado para optar el Grado
Académico de Bachiller en Educación**

PRESENTADO POR:

AUTOR:

Maira Capuñay, Juan Manuel

ASESOR:

Mg. Vásquez Zuloeta, Segundo Enrique

LAMBAYEQUE – PERÚ

2020

Dedicatoria

A Dios, mi padre celestial, por proveerme de los medios necesarios para asumir el reto que significó realizar el trabajo de investigación, asimismo, por iluminarme y bendecirme cada día de mi vida.

A mis seres queridos, por haberme apoyado en todas mis acciones y metas propuestas, además, por su infinito apoyo que me brindan para hacer cada día las cosas mejor.

Juan Manuel

Agradecimiento

A mi asesor, Mg. Segundo Vásquez Zuloeta, por su orientación constante y sabios consejos en el trabajo de investigación.

A las estudiantes del tercer año “A” de la I.E. “Augusto Salazar Bondy” de Chiclayo por predisposición y colaboración en el estudio.

Índice

Dedicatoria	2
Agradecimiento	3
Índice	4
Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	9
1.1 Planteamiento del problema	10
1.2 Formulación del problema	10
1.3 Justificación	11
1.4 Objetivos	11
1.5 Hipótesis	11
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	12
2.1 Antecedentes	13
2.2 Bases teóricas	16
2.3 Bases conceptuales	17
CAPÍTULO III. MARCO METODOLÓGICO	26
3.1 Enfoque y nivel de la investigación	27
3.2 Diseño de la investigación	27

3.3 Población y muestra	27
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	27
3.5 Operacionalización de la variable	27
CAPÍTULO IV. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	28
4.1 Nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en las estudiantes de tercer año de secundaria	29
4.2 Nivel de aprendizaje del saque en las estudiantes de tercer año de secundaria	30
4.3 Nivel de aprendizaje de la recepción del balón en las estudiantes de tercer año de secundaria	31
4.4 Nivel de aprendizaje del voleo en las estudiantes de tercer año de secundaria	32
4.5 Nivel de aprendizaje del remate en las estudiantes de tercer año de secundaria	33
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	34
5.1 Conclusiones	35
5.2 Recomendaciones	35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	36
ANEXO	41

Resumen

El trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en las estudiantes de la I.E. “Augusto Salazar Bondy” del distrito de Chiclayo, 2019. La población estuvo conformada por las 30 estudiantes de la sección “A”. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, nivel descriptivo y diseño no experimental. Para la recolección de información se utilizó el Test de evaluación del voleibol. Los resultados determinaron que el 36.7% de las estudiantes se encuentran en el nivel deficiente del aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol; referente a la dimensión aprendizaje del saque el 40% se ubica en el nivel regular, en la dimensión aprendizaje de la recepción del balón el 50% se ubica en el nivel deficiente; en la dimensión aprendizaje del voleo el 43.3% se ubica en el nivel regular y en la dimensión aprendizaje del remate el 46.7% se ubica en el nivel deficiente. En conclusión, las estudiantes se ubican en el nivel deficiente de del aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol; así como, en las dimensiones aprendizajes de la recepción del balón y remate.

Palabras clave: *fundamentos técnicos de voleibol, saque, recepción, voleo.*

Abstract

The research work aimed to determine the level of learning of the technical foundations of volleyball in the students of the I.E. "Augusto Salazar Bondy" from the Chiclayo district, 2019. The population was made up of 30 students from section "A". The research focus was quantitative, descriptive level and nonexperimental design. For the collection of information, the Volleyball Evaluation Test was used. The results determined that 36.7% of the students are at the poor level of learning the technical fundamentals of volleyball; referring to the learning dimension of the serve 40% is located at the regular level, in the learning dimension of the reception of the ball 50% is located at the deficient level; in the learning dimension of volleyball, 43.3% is located at the regular level and in the learning dimension of the auction, 46.7% is located at the deficient level. In conclusion, the students are located at the deficient level of learning the technical fundamentals of volleyball; as well as, in the learning dimensions of the ball reception and shot.

Keywords: *technical fundamentals of volleyball, serve, reception, volley.*

Introducción

Hoy en día la práctica del deporte en sus diversas disciplinas tiene un rol fundamental en los adolescentes porque contribuye en su vida saludable, además, que el Ministerio de Educación (2016) en el área curricular de educación física ha considerado los desempeños que se deben lograr en las tres competencias a nivel secundario, tales como, los estudiantes se desenvuelven de manera autónoma a través de su motricidad, asumen una vida saludable e interactúan a través de sus habilidades motrices.

En este sentido, el problema de investigación surge en las estudiantes de tercer año de secundaria de la I.E. “Augusto Salazar Bondy” del distrito de Chiclayo, región Lambayeque porque en la práctica pedagógica diaria se ha observado que las adolescentes muestran escaso interés por aprender los fundamentos técnicos del voleibol, escasamente entrenan por equipos, restan importancia de la preparación física que implica este deporte. A esta situación, se suma que las estudiantes otorgan más tiempo a otras curriculares de su formación académica.

Para ello, el presente trabajo de investigación ha sido organizado en cinco capítulos. El capítulo I, refiere el problema de investigación, aquí se plantea y formula el problema, así como, los objetivos y la justificación del trabajo. El capítulo

II, hace referencia al marco teórico, que aborda los antecedentes internacionales, nacionales y bases conceptuales.

El capítulo III, describe el marco metodológico. El capítulo IV, expone los resultados de la investigación. El capítulo V, refiere las conclusiones y recomendaciones de la investigación. Finalmente, se exponen las referencias bibliográficas y anexo de la investigación, es decir, el instrumento aplicado a las estudiantes del tercer año de secundaria.

CAPÍTULO I PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del problema

Las estudiantes de secundaria escasamente valoran que la práctica del voleibol contribuye a que aprendan a competir, colaborar, respetar y relacionarse con sus pares de forma positiva, más aún, cuando este deporte de equipo fomenta el trabajo en equipo y la cohesión con las compañeras de juego.

En consecuencia, la I.E. “Augusto Salazar Bondy” del distrito de Chiclayo no es ajena a esta situación problemática, porque se ha observado que las estudiantes no muestran interés por aprender las técnicas adecuadas para la práctica del voleibol, más aún, cuando lo asumen de manera recreativa no respetando las reglas de juego establecidas.

1.2 Formulación del problema

General

¿Cuál es el nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en las estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019?

Específicos

¿Cuál es el nivel de aprendizaje del saque en las estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019?

¿Cuál es el nivel de aprendizaje de la recepción en las estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019?

¿Cuál es el nivel de aprendizaje del voleo en las estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019?

¿Cuál es el nivel de aprendizaje del remate en las estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019?

1.3 Justificación

La investigación se realizó porque existe la necesidad de una detección técnica y oportuna de las dificultades en la práctica del voleibol, porque la mayoría de las adolescentes lo realizan de manera recreativa y escasamente consideran los fundamentos técnicos de este deporte.

En este sentido, amerita el caso conocer el nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol por parte de las estudiantes; además, la presente investigación, contribuirá a la comunidad educativa para implementar medidas correctivas para mejorar el aprendizaje del voleibol de forma técnica.

1.4 Objetivos

General

Identificar el nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en las estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019.

Específicos

Identificar el nivel de aprendizaje del saque en las estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019.

Identificar el nivel de aprendizaje de la recepción en las estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019.

Identificar el nivel de aprendizaje del voleo en las estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019.

Identificar el nivel de aprendizaje del remate en las estudiantes de tercer año de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019.

1.5 Hipótesis

La presente investigación es de nivel descriptivo y no requiere hipótesis.

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

En el contexto internacional se han considerado las siguientes investigaciones.

Gavilánez (2017) en la investigación: *Creación de una escuela formativa de voleibol para desarrollar los fundamentos técnicos en los estudiantes de octavos años de educación básica de la Unidad Educativa “Jaime Roldos Aguilera” de la ciudad de Santo Domingo, 2016-2017* tuvo como propósito ejecutar la creación de una escuela de voleibol para desarrollar la capacidad técnica de los estudiantes. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo. La técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento fue el cuestionario de 14 ítems aplicado a los estudiantes. Los resultados principales evidenciaron que el 34% tiene poco conocimiento de los beneficios del voleibol para la salud, el 32% nada de conocimiento, el 17% bastante conocimiento y el 17% mucho conocimiento. Asimismo, sobre la práctica deportiva el 64% reconoce mucha importancia, el 21% poca importancia y el 15% bastante importancia. Y respecto si cuentan con algún entrenamiento de voleibol, el 49% señalan que no tienen nada de entrenamiento, el 23% poco entrenamiento, el 15% bastante entrenamiento y el 13% mucho entrenamiento.

Guiscasho (2016) en la investigación: *La enseñanza – aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en los niños de séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Fiscomisional “La Inmaculada” del cantón Pangua, provincia de Cotopaxi* tuvo como objetivo determinar la incidencia de la enseñanza – aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en los niños. La investigación tuvo un enfoque mixto cualitativo – cuantitativo. Los niveles utilizados fueron exploratorio y descriptivo. La población de estudio estuvo conformada por 44 estudiantes. Se aplicaron las técnicas de la observación, entrevistas y encuestas. Los resultados demostraron que el 100% no conoce los fundamentos técnicos de voleibol; asimismo, el 100% señaló la importancia del proceso enseñanza – aprendizaje para desarrollar las habilidades de los estudiantes.

Suarez (2016) en la investigación: *Los fundamentos técnicos de voleibol en la motricidad de los estudiantes de octavo año de educación básica de la Unidad Educativa Yanahurco del cantón Mocha de la provincia de Tungurahua* tuvo como objetivo analizar la influencia de los fundamentos técnicos de voleibol en la motricidad de los estudiantes. El diseño del estudio fue no experimental, nivel exploratorio-descriptivo. Se utilizaron la técnica de la encuesta y el instrumento fue el cuestionario aplicado a los estudiantes. Los hallazgos señalaron que el 55% de los encuestados consideran que mediante la motivación en la práctica del voleibol ayuda al desarrollo de los fundamentos técnicos del voleibol, mientras el 42% indicaron que a veces y el 3% restante consideró que nunca.

En el contexto nacional se han considerado las siguientes investigaciones.

Rodríguez (2019) en la investigación: *Estrategia didáctica “Aprendiendo enseñar voleibol” para mejorar la enseñanza de los fundamentos técnicos a un grupo de formadores deportivos en una institución, Pacanga 2019* tuvo como objetivo determinar la eficacia de la estrategia didáctica en el mejoramiento de la enseñanza de los fundamentos técnicos. El estudio fue no experimental y el diseño pre experimental. Se aplicó un pre test y post test a un solo grupo. La

muestra estuvo conformada por 20 formadores deportivos. Los resultados del pre test evidenciaron que el 90% se encuentra en el nivel bajo y el 10% en el nivel regular; sin embargo, en los hallazgos del post test fueron significativos ya que el 85% alcanzó el nivel óptimo, el 10% el nivel regular y el 5% el nivel bajo.

Rivera y Villanueva (2018) en la investigación: *La falta de programas deportivos para el desarrollo de los fundamentos básicos de voleibol en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la I.E. Agropecuario de Yanque, Caylloma – Arequipa 2017* tuvieron como objetivo conocer los programas deportivos que se desarrollan en la institución educativa. La investigación fue cuantitativa. Se utilizó la técnica de la encuesta y el instrumento aplicado fue el cuestionario. El estudio se desarrolló en una población y muestra de 24 estudiantes del primer grado de secundaria. Los resultados demostraron que el 88% le gusta el deporte del voleibol y el 12% que no le gusta; referente a las motivaciones, el 67% manifestó que le motiva practicar este deporte porque es común, el 21% por hacer tiempo y el 12% por jugar en campeonatos; asimismo, el 100% señalaron que en su localidad no existen instituciones que fomenten la práctica del voleibol.

Velarde (2018) en la investigación: *Nivel de fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes de primer grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de LLallí (Puno)* tuvo como objetivo determinar el nivel de los fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, nivel descriptivo. La población del estudio estuvo constituida por 280 estudiantes y la muestra fue de 55 estudiantes. El instrumento aplicado fue el test de fundamentos técnicos del voleibol. Los resultados mostraron que el 67% de los estudiantes de la I.E. José María Arguedas se encuentra en la categoría deficiente, el 22% en la categoría regular y el 11% en la categoría bueno del nivel de los fundamentos técnicos del voleibol. Respecto al nivel del fundamento técnico del saque el 46% se ubica en la categoría deficiente, el 36% en la categoría regular y el 18% en la categoría bueno.

Ccasa y Nina (2016) en la investigación: *Programa de entrenamiento de deportivo global para mejorar los fundamentos técnicos del voleibol en la selección femenina categoría B, de la I.E. Secundaria Emblemática María Auxiliadora de Puno 2016* tuvo como objetivo determinar la eficacia del programa de entrenamiento deportivo global para mejorar los fundamentos técnicos del voleibol en las estudiantes. La investigación fue tipo muestral, de diseño pre experimental. La población de estudio estuvo conformada por 39 estudiantes. La técnica utilizada fue la observación indirecta y el instrumento fue la ficha de evaluación de los fundamentos técnicos de voleibol de las jugadoras. Los hallazgos determinaron que las medias de aprendizaje de los fundamentos técnicos obtenidos entre el pre y post test muestran gran diferencia: en desplazamiento en el pre test la media=6.27 < media=15.33 obtenida en el post test; en el toque de dedos en el pre test la media=6.20 < media=15.00 obtenida en el post test; en el ataque en el pre test la media=6.60 < media=14.40 obtenida en el post test; en el bloqueo en el pre test la media=5.87 < media=14.27 obtenida en el post test; en general en el pre test la media=6.69 < media=14.97 obtenida en el post test.

2.2 Bases teóricas

La Psicología del Deporte desde sus orígenes, incorporó en sus investigaciones el proceso motivacional (Cantón, Mayor y Pallarés, 1990); en su estudio sobresalen dos corrientes, la europea y la norteamericana.

2.2.1 La corriente europea

La corriente europea se caracteriza por el interés del psicólogo, no tanto en el alto rendimiento del deportista, sino por su motivación y su interés por la tarea a realizar; estas investigaciones se llevaron a cabo principalmente en institutos de educación física y centros de medicina deportiva.

2.2.2 La corriente norteamericana

En la corriente norteamericana los estudios se encauzan principalmente hacia la consecución del resultado y del alto rendimiento de los deportistas; los

trabajos de investigación fueron realizados principalmente en centros universitarios (Miranda y Bara, 2002).

2.2.3 Ámbitos de aplicación de la psicología deportiva

Los ámbitos de aplicación de la psicología deportiva se engloban en tres ramas diferentes.

Investigación:

La función del psicólogo es la de investigador que proporciona nuevos conocimientos en algunas de las diferentes áreas de la práctica deportiva. Actualmente se constata una creciente demanda y entrenamiento psicológico en muchos deportes.

Formación:

A nivel de formación de profesionales en psicología deportiva se encuentran licenciados en psicología, etc.

Aplicación:

En las situaciones de intervención con deportistas y entrenadores; asesoramiento y ayuda a personas especiales.

2.3 Bases conceptuales

Aprendizaje:

Es el proceso a través del cual se adquieren nuevas habilidades, destrezas, conocimientos, conductas o valores como resultado del estudio, la experiencia, la instrucción, el razonamiento y la observación. Este proceso puede ser analizado desde distintas perspectivas. El aprendizaje es una de las funciones mentales más importantes en humanos, animales y sistemas artificiales (Feldman, 2005: 83).

Voleibol:

Es un deporte donde dos equipos se enfrentan sobre un terreno de juego liso separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red

hacia el suelo del campo contrario. El balón puede ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado (Mosston, 2005).

Fundamentos técnicos de voleibol:

Gamboa (2019) define los fundamentos técnicos, como el conjunto de acciones que se dan en un terreno de juego, las cuales requieren de destrezas y habilidades físicas especiales para cada uno de los fundamentos a realizarse en una determinada situación de juego, para ello, el formador debe enseñar estos fundamentos técnicos de manera simultánea para un mejor aprendizaje y desenvolvimiento dentro del juego.

Son las actividades, habilidades y técnicas motrices específicas de una actividad deportiva y que realizadas en forma adecuada hacen más eficiente el movimiento, gastando menos energía y obteniendo mejores resultados. Independientemente que cada uno de ellos tienen su variante, en cada uno de ellos también son característicos diferentes desplazamientos y posiciones que están intrínsecos en la ejecución, técnica y en su enseñanza; es difícil tratarlos de forma independiente (Guiscasho, 2016: 60).

Los fundamentos técnicos del voleibol, emplean diversas técnicas para impulsar la pelota en distintas situaciones del juego. En todos estos fundamentos el balón debe ser golpeado, no agarrado, ni lanzado pues de hacerlo se considera como antirreglamentario. La retención, arrastre o acompañamiento del balón es falta (Cibrián, 2014: 25).

Planchart y Domínguez (2001) señalan como la utilización racional de los movimientos del cuerpo en función de los fundamentos de juego, con el objeto de obtener los más elevados beneficios mediante la realización de esfuerzo mínimo.

Los fundamentos técnicos son la forma apropiada, la técnica de un movimiento para lograr el objetivo, porque la técnica de cada deporte ha ido evolucionando porque descubrían que haciendo un movimiento de tal forma era más eficaz; y con las nuevas tecnologías se van estudiando la biomecánica del movimiento para no lesionar a deportista y mejorar la técnica (Hessing, 1995).

Dimensiones de los fundamentos técnicos de voleibol:

Aprendizaje del saque

El servicio o saque permite poner el balón en juego. Es el elemento principal y más eficaz para la obtención de punto directo, o dificultar la construcción del ataque del equipo contrario. Para su ejecución y eficacia se necesita mucha técnica y potencia (Cortina, 2007:25).

El saque es el elemento fundamental del juego. Cada vez que este se interrumpe por una falta, se reanuda con un saque. El equipo que no sabe sacar no puede ganar. Un jugador dispone, para realizar el saque, de 8 segundos, único gesto en el que el jugador puede controlar en balón, por ello sacar bien, más que necesario, es una obligación (Guimaraes, 2006).

Aprendizaje de la recepción

La recepción es la base y el fundamento del contraataque a pesar de ser considerada un elemento defensivo (Guimaraes, 2006).

La recepción del balón es el primero de los tres contactos que le están permitidos a un equipo para devolver la pelota por encima de la red, permite parar el saque y evita que el equipo contrario haga punto, permite efectuar un toque de antebrazo hacia el pasador (Hessing, 1995).

Aprendizaje del voleo

El voleo es el gesto técnico que se utiliza para realizar el pase de colocación, su principal cometido es poner el balón, en alguna zona de la red, en posición de ser atacado por otro compañero, sus principales componentes a nivel técnico de ejecución son el control y la precisión, y para que esto sea posible,

una correcta y adecuada ubicación ante el balón que se va a golpear (Cortina, 2007: 22).

El toque de balón se realiza muy cerca de la cara (entre la nariz y la frente) con las manos abiertas y próximas en la forma de copa, ofreciendo al balón una forma cóncava, en la que los dedos pulgares e índice forman un triángulo. El contacto se realiza con las yemas de los dedos (última falange) y estando las muñecas en tensión, se realiza una extensión coordinada de las piernas, tronco, brazos y manos hacia arriba-adelante, en la dirección del pase, en un movimiento corto y rápido (Guimaraes, 2006).

Aprendizaje del remate

El remate es el gesto técnico por excelencia en el ataque de un equipo (tercer golpe al balón en el propio campo). Dominar su ejecución, está muy relacionado con la capacidad de cada jugador para dominar la red. Entre los factores determinantes para su realización pueden considerarse: una elevada estatura del jugador, haber desarrollado una gran capacidad de salto o ambas (Cortina, 2007: 28).

Implica golpear fuertemente el balón, cuando este se encuentra cerca y por encima de la red; el jugador debe elevarse lo más alto posible y con fuerza del tronco, brazo y mano en forma de cuchara impulsar el balón de arriba hacia abajo en el campo contrario (García, 2002).

Aspectos fundamentales en la ejecución de los saques:

- Lanzamiento del balón. Debe ser lo más exacto posible.
- La pierna que se adelanta será siempre la contraria al brazo que golpea.
Debe asegurarse una base de sustentación óptima del cuerpo.
- En los saques por arriba el cuerpo descansa siempre sobre la pierna de atrás durante los movimientos antes del contacto.

Tipos de saques:

Saque de tenis con efecto

Se entiende por saque de tenis con efecto (fuertes), cuando al balón se le infringe una rotación durante su trayectoria, producto del movimiento de pronación de la muñeca durante el golpe. En este tipo de saque la parábola del balón es claramente reconocible permitiendo al contrario ubicar de forma relativamente fácil la zona de terreno hacia donde es enviado el balón (Cortina, 2007: 25).

Saque de tenis flotante

Los saques sin efecto llamados también flotantes, están determinados por el golpe seco al balón, el poco acompañamiento del brazo al golpe y el freno súbito del brazo al contacto con el mismo, esto provoca que la parábola y la velocidad descritas por el balón, no estén definidas y generen caídas bruscas e inesperadas ocasionando una recepción difícil (Cortina, 2007: 26).

Saque por debajo de frente

El balón es sostenido con la mano izquierda delante del jugador. El otro brazo ligeramente flexionado se encuentra detrás del cuerpo. Los pies en forma de paso (izquierda delante, si es derecho) al ancho de los hombros. Las piernas ligeramente flexionadas. El tronco algo inclinado al frente (Cortina, 2007: 26).

Saque por debajo lateral

El jugador se coloca paralelamente a la red y de frente a la línea lateral del terreno. Los pies en forma de paso, aproximadamente al ancho de los hombros, las piernas ligeramente flexionadas. El tronco algo inclinado al frente con una pequeña torsión hacia el brazo que golpea. El balón es sostenido con una de las manos adelante y el brazo contrario se retira hacia atrás.

Se lanza el balón hacia arriba donde el brazo que está atrás se desplaza lateralmente hacia delante golpeando el balón con la mano abierta o cerrada (Cortina, 2007: 27).

Saque por arriba en suspensión

El lanzamiento del balón con dos manos aporta más seguridad y mayor coordinación, preferentemente el balón se lanza hacia dentro del terreno, para ganar en distancia al golpeo. Simultáneamente al lanzamiento se produce el primer paso de la carrera hacia delante, produciéndose un movimiento de traslación de los dos brazos, desde atrás al frente y hacia arriba. La elevación del cuerpo se realiza similar al saque de tenis. Después de producirse el contacto con el balón el jugador cae dentro del terreno apoyado sobre ambas piernas, amortiguando la caída con un movimiento elástico (Cortina, 2007: 27).

Aspectos fundamentales en la ejecución de la técnica del voleo:

- Debe atenderse el trabajo de las piernas con relación a la distancia entre el jugador y el lugar hacia donde se dirige el balón.
- Antes del contacto con el balón se estará de frente hacia donde se enviará el voleo.
- Es importante el trabajo de todos los dedos en el momento con el contacto con el balón.
- En el caso del voleo hacia atrás, debe realizarse un ligero movimiento de las caderas hacia delante y arriba, mientras que el movimiento de los brazos será fundamentalmente hacia arriba (Cortina, 2007:22).

Técnicas de voleo:

Voleo de frente

Los pies en forma de paso. El peso del cuerpo repartido sobre los pies. Piernas semi flexionadas. El tronco ligeramente inclinado al frente. Brazos flexionados y las manos en forma de copa con los dedos adelante de la cara a la altura de los ojos y la vista al frente.

Cuando el balón se aproxima a las manos, se ejecuta la flexión reguladora de fuerza fina (brazos y piernas) encontrándose el jugador preparado física y morfo funcionalmente para realizar el voleo (Cortina, 2007: 22).

Voleo hacia atrás

Los pies en forma de paso. El peso del cuerpo repartido entre los pies. Piernas semi flexionadas. El tronco ligeramente inclinado hacia atrás. Brazos flexionados y las manos en forma de copa con los dedos separados arriba de la frente. Debe observarse que el jugador se encuentre debajo del balón antes del contacto con el mismo; diferencia esencial en relación con el voleo de frente. Desde esta posición se efectúa una extensión simultánea de brazos y piernas, donde los brazos se desplazan hacia arriba y atrás con ligero empuje de la cadera al frente. La vista persigue la trayectoria del balón. Después del contacto el jugador gira rápidamente hacia donde se realizó el voleo y se prepara para la próxima acción Cortina, 2007: 23).

Voleo lateral

Este voleo guarda las mismas características iniciales que el voleo por arriba o de frente, pero antes del contacto el lugar se coloca lateral a la dirección del voleo. Este tipo de voleo es muy usado en suspensión, éste se aplicará en consecuencia con la distancia del balón respecto a la red (Cortina, 2007: 23).

Voleo con caída

En estos voleos con caídas laterales (izquierda o derecha) el jugador avanza hacia el balón realizando primeramente un salto grande con la pierna más cercana al balón gira ese mismo pie hacia adentro, el cual sostiene desde ese momento el peso del cuerpo. Simultáneamente al giro del pie se produce la flexión de esa misma pierna, después que se produce la flexión con el balón el jugador cae sobre los glúteos y el costado de la espalda. En ese momento los brazos se encuentran extendidos (Cortina, 2007: 24).

Aspectos fundamentales en la técnica del remate:

- Debe asegurarse de que en el momento del despegue se voleó de forma fluida del desplazamiento al despegue y explosivamente.

- El último paso debe ser largo y rasante.
- La distancia entre ambos pies al momento del salto debe ser aproximadamente al ancho de los hombros.
- El despegue debe efectuarse con ambos pies y con ayuda de los brazos. El movimiento de estos últimos será enérgico.
- La caída es amortiguada.
- El brazo que golpea el balón debe estar extendido con rompimiento de muñeca al momento del contacto.

Técnicas de remate:

Remate diagonal o de frente

Desplazamiento. - La cantidad de pasos de la carrera de impulso depende de las características del rematador, el tipo de voleo que se remate y la situación específica del juego. El último paso de la carrera de impulso es importante, ya que debe ser el más largo y rasante, pues prepara las condiciones biomecánicas del cuerpo para un buen despegue. La carrera de impulso se frena con el talón (ligera torsión interna). En este movimiento los brazos se hallan extendidos arriba y atrás del cuerpo. Rápidamente el pie de atrás se coloca paralelo al otro (con ligera rotación interna) para una mejor utilización de la fuerza (Cortina, 2007: 28).

Despegue. - La fase de despegue se considera la más importante, pues es donde se conjugan todas las leyes y principios físico-biológicos del jugador para realizar un mejor salto en correspondencia con el objetivo principal del remate, golpear el balón. El peso del cuerpo pasa de los talones a las plantas terminando en la punta de los pies, siguiéndole un desplazamiento rápido y fuerte de los brazos hacia adelante y arriba y la extensión explosiva de las piernas (Cortina, 2008: 28).

Golpeo. - El brazo que golpea se encuentra flexionado al lado de la cabeza (el codo señala hacia arriba), el otro semi flexionado se encuentra delante y a la altura de la cara (mantiene el equilibrio del cuerpo). El brazo describe un movimiento rápido hacia delante y arriba golpeando con la mano abierta. En

este momento el brazo debe estar extendido (mayor altura en el golpeo) realizándose simultáneamente el golpe con la mano abierta con flexión supina de la muñeca. El brazo desciende por delante del cuerpo (Cortina, 2007, 29).

Caída. - Después del golpe al balón, se retira rápidamente la mano, bajándola por delante del cuerpo, el jugador desciende sobre la punta de los pies realizando un pequeño movimiento amortiguador (Cortina, 2007, 29).

Remate de frente con giro del cuerpo

Cuando termina la acción de remate, el cuerpo del jugador termina en dirección contraria al desplazamiento inicial (Cortina, 2007: 30).

Remate lateral (gancho)

La carrera (desplazamiento) de impulso se produce diagonal, a veces paralelo a la red. El despegue es similar al que se realiza en el remate de frente. Antes de golpear, el brazo describe un movimiento circular pegándole al balón sobre la cabeza. La caída es sobre los dos pies frente a la red (Cortina, 2007: 30).

Remate de muñeca (dirigido)

Este tipo de remate tiene la misma forma de ejecución que el frontal. Su diferencia radica que al momento del contacto el jugador frena el movimiento del brazo y golpea con la mano extendida el balón en forma de latigazo. En este movimiento, el golpe se da únicamente con la muñeca (Cortina, 2007: 30).

Finta (toque)

En el momento del golpe se frena el impulso del brazo haciendo contacto con el balón sólo con los dedos hacia el contrario (Cortina, 2007: 31).

CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO

3.1 Enfoque y nivel de la investigación

La investigación es de enfoque cuantitativo y nivel descriptivo.

3.2 Diseño y alcance de la investigación

El diseño de la investigación es no experimental porque no hubo manipulación de la variable, es decir, se observó el fenómeno tal como se sucede. Y de alcance transeccional o transversal porque los datos se han recopilado en un solo momento, conforme se muestra a continuación:

$$M \leftarrow O$$

Donde:

M es la muestra de estudio

O es la observación que se realiza

3.3 Población y muestra

La población estuvo constituida por las 30 estudiantes del tercer año de secundaria, sección "A" de I.E. "Augusto Salazar Bondy", del distrito y provincia de Chiclayo, región Lambayeque.

Para la selección de la muestra, se aplicó la técnica del muestreo no probabilístico o dirigido; por ende, estuvo constituida por la misma población de estudio.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se utilizó fue la evaluación y el instrumento fue la prueba aplicada a las estudiantes.

3.5 Operacionalización de la variable

Variable	Dimensiones	Niveles
Aprendizaje de la recepción del balón	Aprendizaje del saque Deficiente de los fundamentos técnicos de Aprendizaje del remate	Aprendizaje de la recepción del balón Regular Fundamentos Aprendizaje del voleo Bueno técnicos de Aprendizaje del remate Muy bueno voleibol

CAPÍTULO IV RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en las estudiantes de tercer año de secundaria

Tabla 1.

Frecuencias y porcentajes de la variable aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019.

<u>NIVELES FRECUENCIA PORCENTAJE</u>		
Deficiente	11	36.7%
Regular	9	30.0%
Bueno	6	20.0%
Muy Bueno	4	13.3%
<u>Total</u>	<u>30</u>	<u>100.0%</u>

Fuente: Test aplicado a las estudiantes

En la Tabla 1, se observa la predominancia del nivel deficiente de la variable aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol.

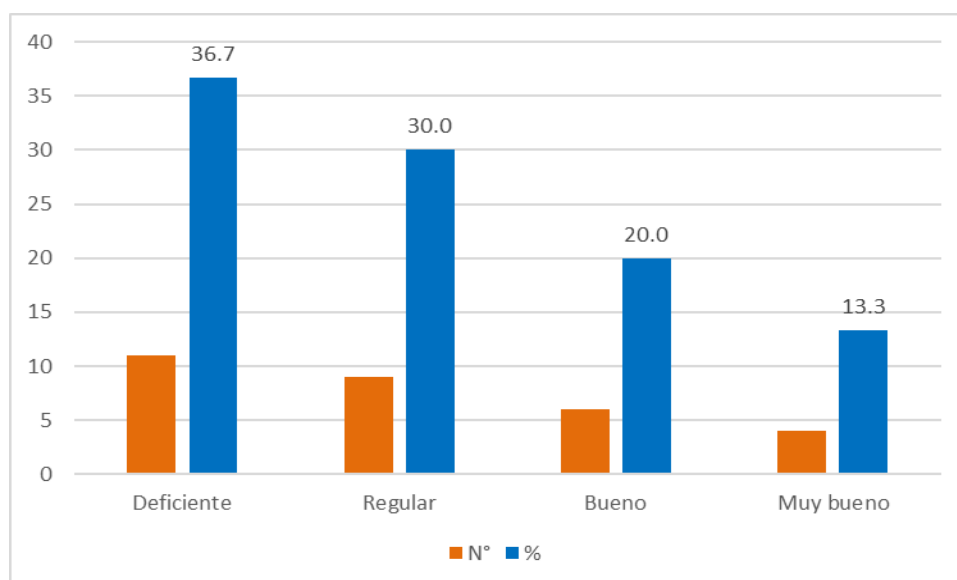


Figura 1. Niveles de aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. "Augusto Salazar Bondy", Chiclayo 2019.

En la tabla 1 y figura 1 se observa en la variable aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol que, el 36,7% de las estudiantes se ubican en el nivel deficiente; el 30% en el nivel regular; el 20% en el nivel bueno y el 13,3% en el nivel muy bueno. De esta manera se cumplió el objetivo general de la investigación.

4.2 Nivel de aprendizaje del saque en las estudiantes de tercer año de secundaria

Tabla 2.

Frecuencias y porcentajes de la dimensión aprendizaje del saque en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. "Augusto Salazar Bondy", Chiclayo 2019.

<u>NIVELES</u>	<u>FRECUENCIA</u>	<u>PORCENTAJE</u>
Deficiente	10	33.3%
Regular	12	40.0%
Bueno	6	20.0%
Muy Bueno	2	6.7%
<u>Total</u>	<u>30</u>	<u>100.0%</u>

Fuente: Test aplicado a las estudiantes

En la Tabla 2, se observa la predominancia del nivel regular de la dimensión aprendizaje del saque.

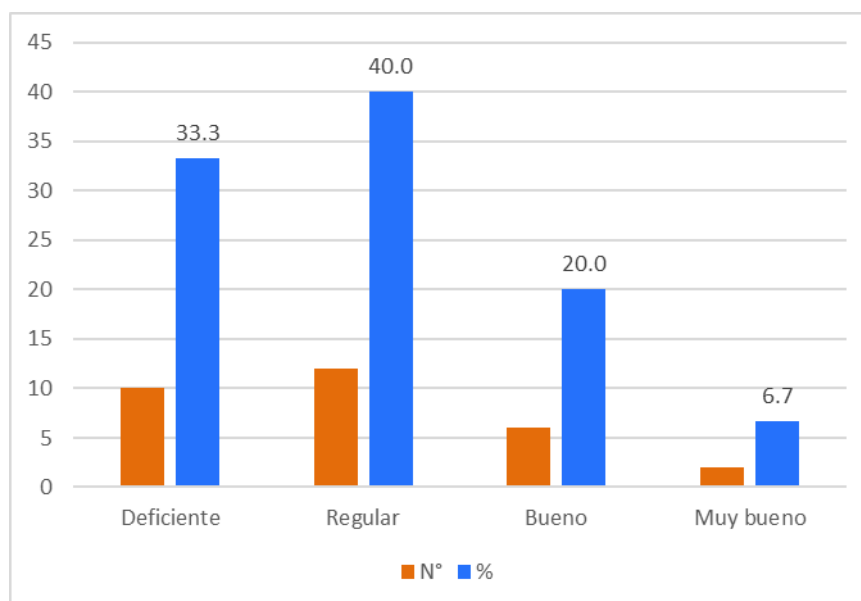


Figura 2. Niveles de aprendizaje del saque en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. "Augusto Salazar Bondy", Chiclayo 2019.

En la tabla 2 y figura 2 se observa en la dimensión aprendizaje del saque que, el 40% de las estudiantes se ubican en el nivel regular; el 33,3% en el nivel deficiente; el 20% en el nivel bueno y el 6,7% en el nivel muy bueno. De esta manera se cumplió el objetivo específico 1 de la investigación.

4.3 Nivel de aprendizaje de la recepción del balón en las estudiantes de tercer año de secundaria

Tabla 3.

Frecuencias y porcentajes de la dimensión aprendizaje de la recepción del balón en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. "Augusto Salazar Bondy", Chiclayo 2019.

<u>NIVELES FRECUENCIA PORCENTAJE</u>		
Deficiente	15	50.0%
Regular	10	33.3%
Bueno	3	10.0%
Muy Bueno	2	6.7%
Total	<u>30</u>	<u>100.0%</u>

Fuente: Test aplicado a las estudiantes

En la Tabla 3, se observa la predominancia del nivel deficiente de la dimensión aprendizaje de la recepción del balón.

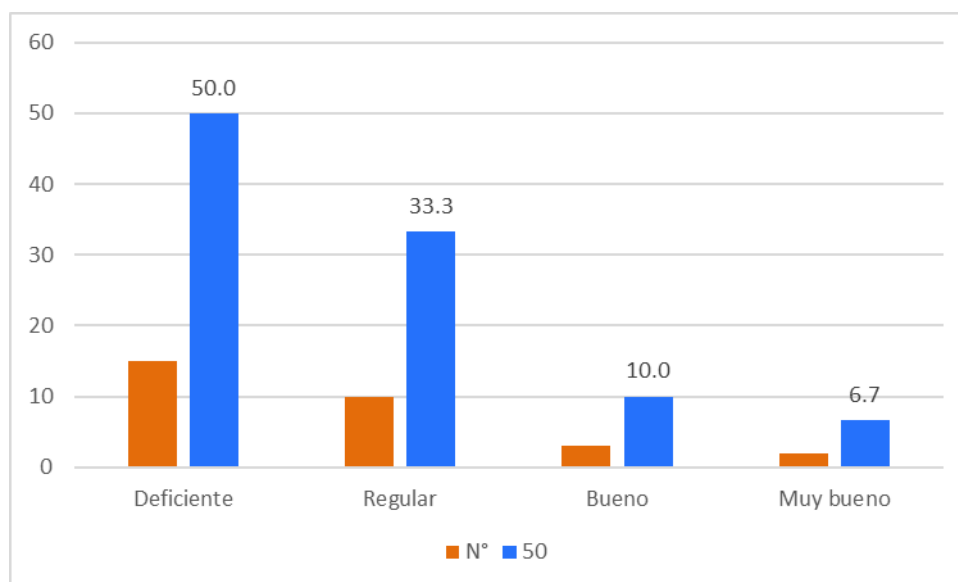


Figura 3. Niveles de aprendizaje de la recepción del balón en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019.

En la tabla 3 y figura 3 se observa en la dimensión aprendizaje de la recepción del balón que, el 50% de las estudiantes se ubican en el nivel deficiente; el 33,3% en el nivel regular; el 21% en el nivel bueno y el 6,7% en el nivel muy bueno. De esta manera se cumplió el objetivo específico 2 de la investigación.

4.4 Nivel de aprendizaje del voleo en las estudiantes de tercer año de secundaria

Tabla 4.

Frecuencias y porcentajes de la dimensión aprendizaje del voleo en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019.

<u>NIVELES</u>	<u>FRECUENCIA</u>	<u>PORCENTAJE</u>
Deficiente	8	26.7%
Regular	13	43.3%
Bueno	6	20.0%
Muy Bueno	3	10.0%
<u>Total</u>	<u>30</u>	<u>100.0%</u>

Fuente: Test aplicado a las estudiantes

En la Tabla 4, se observa la predominancia del nivel regular de la dimensión aprendizaje del voleo.

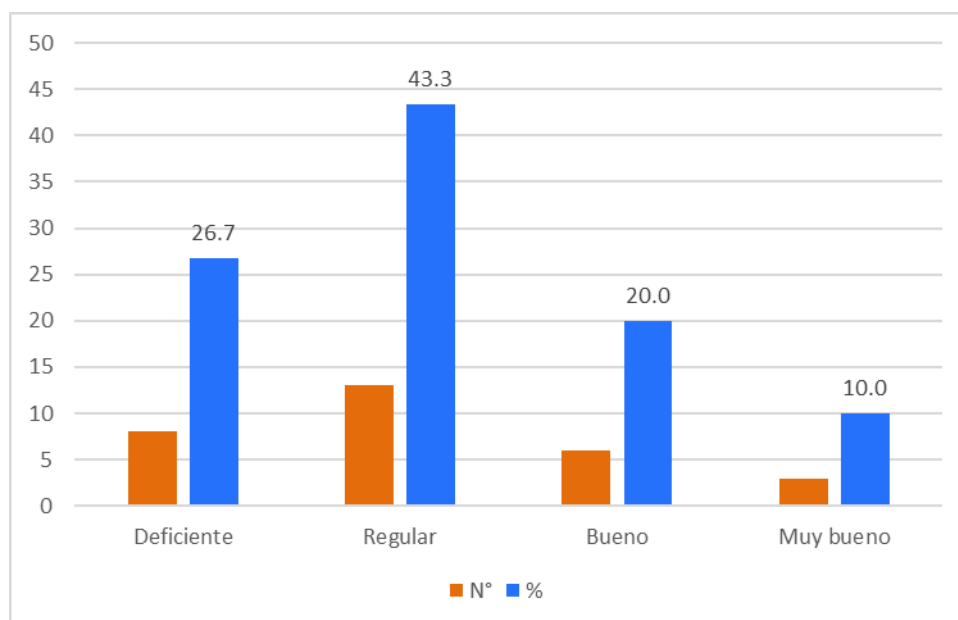


Figura 4. Niveles de aprendizaje del voleo en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. "Augusto Salazar Bondy", Chiclayo 2019.

En la tabla 4 y figura 4 se observa en la dimensión aprendizaje del voleo que, el 43,3% de las estudiantes se ubican en el nivel regular; 26,7% en el nivel deficiente; el 20% en el nivel bueno y el 10% en el nivel muy bueno. De esta manera se cumplió el objetivo específico 3 de la investigación.

4.5 Nivel de aprendizaje del remate en las estudiantes de tercer año de secundaria

Tabla 5.

Frecuencias y porcentajes de la dimensión aprendizaje del remate en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. "Augusto Salazar Bondy", Chiclayo 2019.

NIVELES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Deficiente	14	46.7%
Regular	10	33.3%
Bueno	4	13.3%
Muy Bueno	2	6.7%
<u>Total</u>	<u>30</u>	<u>100.0%</u>

Fuente: Test aplicado a las estudiantes

En la Tabla 5, se observa la predominancia del nivel deficiente de la dimensión aprendizaje del remate.

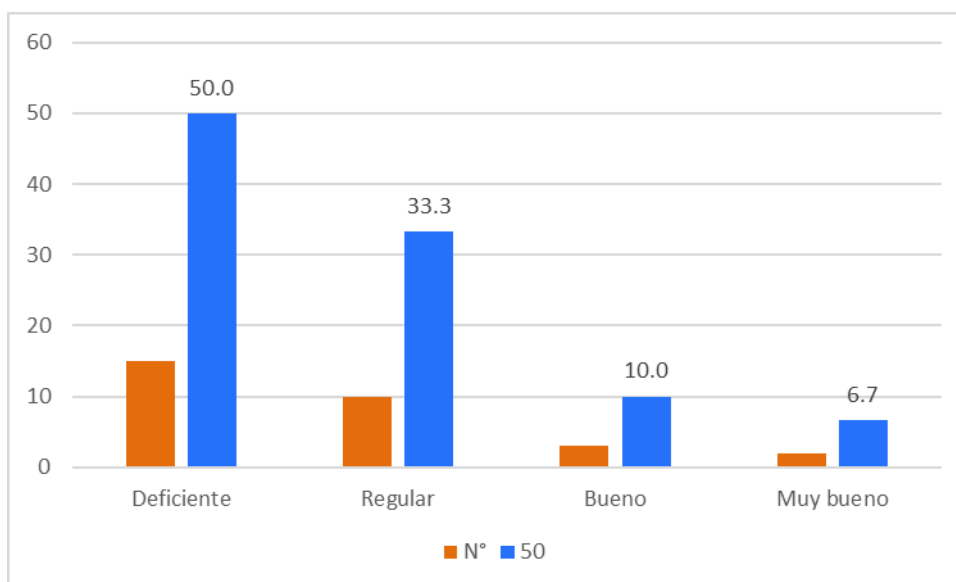


Figura 5. Niveles de aprendizaje del remate en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. “Augusto Salazar Bondy”, Chiclayo 2019.

En la tabla 5 y figura 5 se observa en la dimensión aprendizaje del remate que, el 46,7% de las estudiantes se ubican en el nivel deficiente; el 33,3% en el nivel regular; el 13,3% en el nivel bueno y el 6,7% en el nivel muy bueno. De esta manera se cumplió el objetivo específico 4 de la investigación.

CAPÍTULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- El nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. “Augusto Salazar Bondy” de Chiclayo se encuentra en el nivel deficiente (36,7%).
- El nivel de aprendizaje del saque en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. “Augusto Salazar Bondy” de Chiclayo se encuentra en el nivel regular (40%).
- El nivel de aprendizaje de la recepción del balón en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. “Augusto Salazar Bondy” de Chiclayo se encuentra en el nivel deficiente (50%).

- El nivel de aprendizaje del voleo en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. “Augusto Salazar Bondy” de Chiclayo se encuentra en el nivel regular (43,3%).
- El nivel de aprendizaje del remate en las estudiantes del tercer año de secundaria de la I.E. “Augusto Salazar Bondy” de Chiclayo se encuentra en el nivel deficiente (46,7%).

5.2 Recomendaciones

- A las autoridades de la I.E. “Augusto Salazar Bondy” en coordinación con los docentes de Educación Física diseñar e implementar un programa de intervención de largo plazo que priorice la práctica del voleibol en las estudiantes.
- A las autoridades de la I.E. “Augusto Salazar Bondy” en coordinación con los padres de familia gestionar la adquisición de implementos y uniformes deportivos para que las estudiantes utilicen en sus entrenamientos, y, por tanto, mejore el aprendizaje del voleibol.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arnal, J. (1992). *Investigación educativa. Fundamentos y metodología*. Barcelona, España: Labor.
- Bejar, D. (2008). *Introducción a la metodología de la investigación*. Editorial Shalom.
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación*. Tercera edición. Pearson.
- Cantón, E.; Mayor, L. y Palarés, J. (1990). Factores motivacionales y afectivos en la iniciación deportiva. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48, pp. 59-75.
- Carrasco, S. (2006). *Metodología de la investigación científica*. Lima: San Marcos.
- Carrasco, D., Carrasco, D. y Carrasco D. (s.f.). *Psicología del deporte*. Universidad Politécnica de Madrid.

- Ccasa, N. y Nina, (2017). *Programa de entrenamiento deportivo global para mejorar los fundamentos técnicos del voleibol en la selección femenina categoría B de la Institución Educativa Secundaria Emblemática María Auxiliadora de Puno* 2016. Tesis para obtener Título Profesional. Universidad Nacional del Altiplano. Puno – Perú.
- Cibrián, S. (2014). *Voleibol. Manual para entrenador*. FMV. México
- Cortina, C. (2007). *Voleibol. Fundamentos técnicos*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Feldman, R. (2005). *Psicología: con aplicaciones en países de habla hispana*. Sexta Edición. México, MC-Grill Hill.
- García, F. (2002). *Motivación del deportista peruano*. Lima, Universidad San Martín de Porres.
- Gaviláñez, O. (2017). *Creación de una escuela formativa de voleibol para desarrollar los fundamentos técnicos en los estudiantes de octavos años de educación básica de la Unidad Educativa “Jaime Roldos Aguilera” de la ciudad de Santo Domingo, 2016-2017*. Plan de Proyecto Integrador para optar grado de Licenciatura. Universidad Central del Ecuador.
- Guiscasho, S. (2016). *La enseñanza – aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en los niños de séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Fiscomisional “La Inmaculada” del cantón Pangua, provincia de Cotopaxi*. Informe Final de Titulación. Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.
- Guimaraes, T. (2006). *Voleibol, iniciación y alto rendimiento*. Bogotá. Cooperativa Editorial Magisterio.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Sexta edición. Mc Graw Hill Education.

- Hernández, R. y Mendoza, P. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill Education.
- Hessing, W. (1995). *Voleibol para principiantes, entrenamiento táctico y técnica*. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Miranda, R. y Bara, M. (2002). Motivação no Esporte. *Scape*, 1(1), pp. 53-63.
- Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica*.
- Mosston, M. (2005). *Manual del voleibol, manual para entrenadores COPEV*. Voleibol, diseño gráfico. Editorial Luis Yngapajuelo, Perú.
- Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa, E. y Villagómez, A. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa – cualitativa y redacción de tesis*. Cuarta edición.
- Planchart, J. y Domínguez, D. (2001). *Fundamentos técnicos del voleibol*. México: Editorial Paidós.
- Rivera, O. y Villanueva, C. (2018). *La falta de programas deportivos para el desarrollo de los fundamentos básicos de voleibol en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la I.E. Agropecuario de Yanque, Caylloma – Arequipa 2017*. Trabajo de investigación para optar el Grado de Bachiller. Universidad Nacional de San Agustín. Arequipa, Perú.
- Rodríguez, Y. (2019). Estrategia didáctica “Aprendiendo a enseñar voleibol” para mejorar la enseñanza de los fundamentos técnicos a un grupo de formadores deportivos en una institución, Pacanga 2018. Tesis para optar Grado de Maestro. Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo, Perú.

Samaniego, W. (2010). *Vóleibol*. Fondo bibliográfico IDDE La Habana – Cuba.

Soto, R. (2015). *La tesis de maestría y doctorado en 4 pasos*. Colección Nuevo Milenio. Segunda edición.

Suarez, C. (2016). *Los fundamentos técnicos de voleibol en la motricidad de los estudiantes de octavo año de educación básica de la Unidad Educativa Yanahurco del cantón Mocha de la provincia de Tungurahua*. Proyecto de investigación para optar Título Profesional. Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.

Tamayo, M. (2003). *El proceso de la investigación*. 4ª ed. México: Limusa Noriega editores.

Valderrama, S. (2015). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica. Cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial San Marcos. Quinta reimpresión.

Vara, A. (2012). *7 pasos para una tesis exitosa. Desde la idea inicial hasta la sustentación. Un método efectivo para las ciencias empresariales*.

Velarde, (2018). *Nivel de fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes de primer grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí*. Tesis para optar Título Profesional. Universidad Nacional del Altiplano. Puno, Perú.

ANEXO

Anexo. Instrumento aplicado a las estudiantes.

Test de Voleibol Adaptado por Fredy Velarde (2018)

Dimensiones	Ítems
Aprendizaje del saque	Por cada impacto en las colchonetas A, B y C. Por cada impacto en el campo contrario. Por impacto fuera del campo contrario. Cuando el balón no pasa la red.
Aprendizaje de la recepción del balón	Por impacto dentro de la posición III. Por impacto en el campo contrario. Por cada impacto fuera de la posición III. Por impacto fuera de la cancha de voleibol.
Aprendizaje del voleo	Por impacto dentro de la zona II y el balón pasa por la circunferencia. Cuando el balón pasa por la circunferencia, pero no impacta en zona II. Cuando el balón impacta en zona II sin pasar por la circunferencia. Cuando el balón no pasa por la circunferencia ni impacta en zona II.
Aprendizaje del remate	Por impacto en la marcación. Por impacto dentro de la cancha. Por impacto fuera del campo contrario. Por impacto dentro del propio campo o deficiencia técnica.

